



Refluxkrankheit

Die **Reflux-** (=Rückfluss-) **Krankheit** der Speiseröhre ist eine sehr häufige Erkrankung.

Sie beruht auf einem durch Bindegewebsschwäche verursachten **Zwerchfellbruch**, bei dem die Lücke im Zwerchfellmuskel am Übergang der Speiseröhre zum Magen erweitert ist.

Da hierbei der Verschluss am Mageneingang undicht wird, kann es zum Rückfluss von Magensäure in die Speiseröhre kommen, die hier eine Verätzung und Entzündung der Speiseröhrenschleimhaut hervorruft.

Dies bewirkt die Symptome:

- **Sodbrennen**
- **Saures Aufstoßen**
- **Oberbauchschmerzen**
- **Schluckbeschwerden hinter dem Brustbein**

Die Therapie besteht im Vermeiden des Magensäurerückflusses:

- **Schlafen mit erhöhtem Oberkörper**
- **Schlafen auf der linken Seite**
- **Verdauungsspaziergang statt Mittagsschlaf**
- **Hauptmahlzeit mittags**
- **Voluminöses Abendessen vermeiden**
- **Gymnastik/Sport zum Training des Zwerchfellmuskels**
- **Bei Speiseröhrenentzündung Vermeiden scharfer Speisen und Alkoholika**
- **Bei starken Beschwerden medikamentöse Säureblockade**

Bei andauernden oder wiederkehrenden Beschwerden ist eine Magenspiegelung mit evtl. mikroskopischer Untersuchung der Schleimhaut am Übergang der Speiseröhre zum Magen wichtig, um eine in seltenen Fällen auftretende Umwandlung der Schleimhaut mit der Gefahr einer Krebsentwicklung rechtzeitig zu erkennen. Operationen lassen sich fast immer vermeiden.

Unser Praxisteam wünscht Ihnen viel Erfolg!